UNION DU SPORT SCOLAIRE POLYNESIEN

COMBAT –AU SOL

AIRE DE COMBAT

- Une zone de combat de 4 à 6 m² est suffisante.

POSITION DE DEPART

- Les combattants sont assis dos à dos et se retournent très rapidement dès le signal de l'arbitre.

Variante : face à face à genoux.

LE VAINQUEUR EST CELUI QUI :

- Immobilise son adversaire sur le dos pendant 15 secondes. Fin de combat.
- Immobilise son adversaire pendant 4 secondes = un avantage.

DUREE DU COMBAT

- 1 minutes 30 secondes.

COMPTAGE DES POINTS

- Immobiliser son adversaire sur le dos pendant 15 secondes = 2pts
- Immobiliser son adversaire pendant 4 secondes = 1pt

Le combat au sol se gagne à 2pts.

Il peut y avoir match nul si les adversaires ne se sont pas départagés.

ARBITRAGE - JEUNE OFFICIEL

- L'arbitre dirige le combat et annonce les points marqués. A la fin du combat, il désigne le vainqueur en tendant le bras levé en direction du vainqueur (comme au judo)

Rédigée **sept 2022 - A. LABOUBE - c.TAAONE**